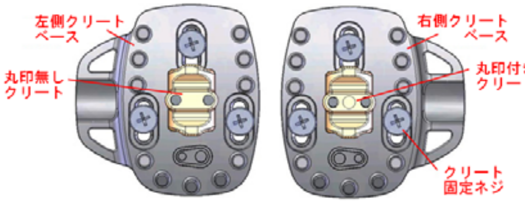
クランクブラザーズ クワトロペダル　３ホールフィックスクリート取扱説明書

ペダルの取付け

クワトロ ペダルのペダル軸端面には８mm６角レンチ用の凹みがあります。
右側ペダルは時計回りにペダル軸を回してクランクに取付けます。
左側ペダルは時計反対周りにペダル軸を回してクランクに取付けます。
目印として左側ペダル軸の淵に小さな溝があります。右側ペダルには目印はありません。
ペダル軸のネジ山にグリスを塗布後に８mm６角レンチを使用して
締め付けトルク値：２５～３０ｆｔ／ポンド または ３４～４１Nmでクランクに固定して下さい。

クリートの取付けと調整

クワトロ ペダル３ホールフィックスクリートは一般的なロード用シューズの３穴パターンに対応しています。このフィックスクリートには左右の違いがあります。シューズとペダルの開放角度（リリース角度）は踵を外側に１５度です。リリース角度をさらに大きくしたい場合は真鍮製クリートの左右を入れ替えて左側クリートベースに丸印付きクリートを装着して下さい。このときは真鍮製クリートを固定するクリート固定ネジにネジロック剤を塗布して再固定して下さい。クリップレス ペダルに慣れていない初心者はフィックスクリート工場出荷時の丸印付きクリートが右側シューズに付いている状態で使用することをお勧めします。クリートにフロートが無いフィックスクリートを使用して違和感が無いことを確認して下さい。このフィックス仕様はクリートベースの淵がクワトロペダルボディに被さることでペダルフロートが固定されていることに注意して下さい。フィックスクリートのペダル開放には通常のクワトロクリートよりも強い力で踵を捻る必要があります。必要十分な力で踵を捻るとクリートベースが変形してペダルボディから外れてクリートが開放されます。



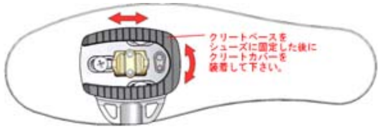
ステップ１：クリートをシューズ裏面のクリート取付け穴の上に置いてクリートベースを通して４mm６角レンチ用の取付けボルトを固定して下さい。取付けボルトを締め付けトルク値 ４０～５０インチ／ポンドまたは ４～５Nmで固定して下さい。

備考：クリートの取付け位置と角度は最適な固定位置を決めるために微調整が可能です。最適な固定位置を決めるまで数回は微調整が必要になることがあります。ご不明な点がありましたらご購入いただきました販売店へお問合せ下さい。

ステップ２：片側の足を水平な場所に安定させてもう一方の足のシューズをペダルに固定して下さい。ペダルに固定したシューズを数回捻ってペダルとの遊びを感じて下さい。ほとんど人が感じる最適なクリート位置というのはペダルの固定スプリングにクリートが抵抗を感じることがなくペダリングできる位置です。クリートが最適な位置に取付けられているとペダリング時にシューズに数度の遊びを感じることができます。シューズの踵を外側に捻ってペダルから開放して下さい。ペダルからシューズを開放するには踵を捻る必要がありますので慣れるまでこの動作を練習して下さい。クリート位置が正しく取付けられていないと思わぬ怪我をすることがありますのでご注意下さい。

ステップ３：クリートが正しい位置にないときは固定ボルトを緩めてクリートの位置を調整して下さい。固定ボルトを締め込んでステップ２を繰り返して下さい。

ステップ４：クリートベースにクリートカバーを装着して下さい。



スプリング テンション

一般的なクリップレス ペダルでは、もしスプリングテンションが弱いと簡単にペダルからシューズが開放されると同時に不意の動作で開放されてしまうことがあります。またもしスプリングテンションが強いとシューズはペダルに固定も開放も難しくなります。クランクブラザーズ クワトロペダル独自の規格はこのスプリングテンション調整を不要にしました。クリートのペダルへの保持力はスプリングテンションに関係していません。クリートに馴染みが出るとペダルへの固定と開放がさらに簡単になります。

メンテナンス

クワトロ ペダルはメンテナンスの必要がほとんどありません。通常の状態であればベアリングは防水で各ペダル部品は防錆処理がされています。ペダルの外装への注油は必要ありません。ほとんど場合ペダルに付いた汚れは勝手に落ちてしまいます。ただ定期的にペダルの損傷や磨耗、ガタつきなどを確認して下さい。ペダルのベアリングはカートリッジ式ですが、高圧で水を噴射するような洗浄機は使用しないで下さい。

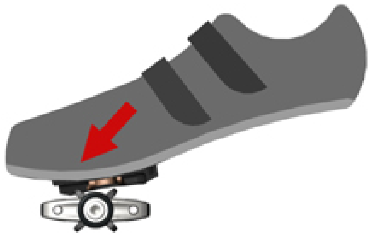
クリート：クリートやクリートを取付けるベースは使用していくと磨耗し交換が必要になります。常にクリートの磨耗を確認するようにして下さい。もし不必要にクリートがペダルから外れてしまう場合(シューズの踵を捻ることなく)　クリートが磨耗している印です。またシューズをペダルに固定したときに緩く感じるときもクリートが磨耗している印です。クリートはペダルボディ部品よりも柔らかい素材で作られています。これは意図的にクリートがペダルボディよりも先に磨耗するように設計しています。クリートは乗車のスタイルや状況にもよりますが、通常であれば乗車５００時間使用できるように設計されています。クリートベースもシューズでの歩行時間を少なくすればクリートと同様期間使用が可能です。

quattro instructions

シューズのペダルへの固定方法

クワトロ ペダルにはいくつかの固定オプションがあります。いずれのオプションでもクリートがペダルゲージを押し広げるだけの力が必要です。クリートがペダルに固定されたときには“カチッ”とクリック音がします。クリートがペダルに固定されていることを確認するにはシューズを前方に引き上げて下さい。

固定オプション１：
シューズのクリート部分をペダルに前方に踏み込んで下さい。



固定オプション２：
シューズのクリート部分をペダルの後方へ踏み込んで下さい。
次にシューズを前方に向かってずらしてペダルゲージを
回転させてクリートを固定して下さい。

これら固定オプションは練習が必要です。片側の足を水平な場所に安定させてもう一方の足のシューズをペダルに固定、開放させて練習して下さい。クリップレス ペダルに慣れている人も必ずペダルの固定、解放の練習をしましょう。走行に出かける前には固定、開放に慣れておきましょう。

シューズをペダルから開放(リリース)

シューズの踵を外側に捻ることによってペダルから開放(リリース)することができます。また踵を内側に捻っても開放(リリース)することができますがこの方法はお勧めしません。踵を外側に捻って開放する方法が簡単で安全です。もし踵を内側に捻って開放する方法を選ぶ場合は左側シューズに丸印付きクリートを取付けることをお勧めします。

マウンテンバイク用シューズを使用する場合

マウンテンバイク シューズの２穴パターンにはクワトロ２ホールクリートを使用して下さい。ほとんどの場合にシューズ裏のソール部分を多少カッター等で加工してペダルとソール部分の干渉を除去する必要があります。またシューズによってはシューズ裏のソールが通常よりも高さが高くペダルとクリートの固定、開放が難しいシューズがあります。シューズ裏のソールがペダルと干渉する場合はクリートの高さ調整するクリートシムを使用するか、またはシューズ裏のソールを加工して下さい。理想的な状態としては、ペダルにシューズ裏のソールが軽く接触して状態です。この軽く接触している状態がペダルの固定、開放動作を安定させます。

保　証

クランクブラザーズ社のペダルは製品不良に関してご購入日から１年間保証します。ご購入日の証明として販売店でのレシート、領収書等が必要になります。ご不明な点はご購入いただきました販売店へお問合せ下さい。
保証はこの製品の修理、交換に限定されます。また誤った使用での破損には適用されません。

注意事項：乗車前に必ずお読み下さい。

- クワトロ ペダルの固定、開放の仕組みを理解してから乗車して下さい。 片側の足を水平な場所に安定させてもう一方の足のシューズでペダルの固定、開放を練習して下さい。
- クリップレス ペダルに慣れている人も必ずペダルの固定、解放の練習をしましょう。
- クリップレス ペダルは自転車専用シューズが必要です。クワトロ ペダルのクリートはロード用３穴パターンのシューズに対応しています。
  備考：クワトロ ペダルのクリートはダウンヒルタイプ以外のクランクブラザーズのペダルで使用可能です。
- クワトロ ペダルではクランクブラザーズ クリートのみを使用して下さい。
- 常にクリートの磨耗具合を確認して下さい。磨耗している場合は交換して下さい。
- クリートが正しく取付けられていないと膝を怪我することがあります。また個人差として左右の足の位置が対称でないこともありますので自分の体に合わせて左右のクリートの位置を調整して下さい。

ペダルの取付けや使用方法、メンテナンス等に関してご不明な点がありましたらご購入いただきました販売店へお問合せ下さい。自転車の乗る際は必ずヘルメットをかぶりましょう。また視界が悪い場所を乗車する際はヘッドライトとテールライトを使用しましょう。

crankbrothers

Rev B